

## Resiliens Equilibre 60 Gélules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



*Resiliens<sup>®</sup> Equilibrio est un complément alimentaire de la gamme Resiliens<sup>®</sup> qui aide l'organisme à mieux gérer le stress et à maintenir la stabilité émotionnelle<sup>1</sup> et le bien-être physique et mental.*

### LA DESCRIPTION

Il est basé sur la formule synergique ADAPT-L, composée d'une association de plantes adaptogènes (Ashwagandha, Schisandra, Rhodiola et Eleutherococcus) et de relaxants (Camomille) ainsi que de vitamine B5.

Le stress est quelque chose de naturel et nécessaire, mais un excès peut affecter tout notre corps, il agit différemment chez chaque personne et commence pour des causes très diverses, telles que : surmenage, charge élevée d'exercice physique, alimentation déséquilibrée, températures extrêmes, pression psychologique, etc. .

Le terme adaptogène est utilisé pour décrire une série de substances naturelles qui ont la capacité de normaliser les fonctions de l'organisme et de renforcer les systèmes compromis par le stress. Ce sont des substances qui aident l'organisme à s'adapter aux situations stressantes, en minimisant leur impact. Les adaptogènes nous aident à renforcer notre résilience. La résilience est la capacité des êtres humains à s'adapter positivement à des situations adverses et à en sortir plus enrichis et plus forts.

Lorsque nous accumulons de l'anxiété et du stress, il est facile que **des troubles du sommeil surviennent également**. La nuit venue, lorsque le corps a besoin de se reposer, les niveaux de cortisol (hormone sécrétée par le corps en réponse au stress ou à la vigilance) devraient être quasiment inexistantes, de cette façon le corps peut se détendre et s'endormir facilement. C'est l'activation du système nerveux, due au stress, qui fait que les niveaux de cortisol dans le corps restent élevés, ce qui rend difficile le sommeil et le repos nocturne.

Cependant, le matin, au réveil, une fois le cycle de sommeil terminé, lorsqu'il est nécessaire de s'activer pour effectuer les tâches quotidiennes, les niveaux de cortisol devraient augmenter de manière significative.

**Les adaptogènes, en ayant la capacité de normaliser les fonctions du corps et de l'aider à s'adapter et à surmonter le stress, peuvent aider à normaliser ce cycle d'activité, de repos et de récupération.**



## Resiliens Equilibre 60 Gélules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



**Resiliens® Equilibrio contiene la fórmula sinérgica ADAPT - L. Una asociación de plantas adaptógenas<sup>1,3,4,5</sup> y de relajantes<sup>1,2</sup> con ácido pantoténico (vitamina B5)<sup>6</sup>.**

- L'Ashwagandha (1) ayuda a mantener la estabilidad emocional, siendo muy útil en casos de estrés pasajero.
- L'Ashwagandha (1) y la Camomila (2) ayudan a mantener el bienestar físico y mental, y contribuyen a una sensación de relajación.
- La camomila ayuda igualmente a mantener un sueño saludable.
- Ashwagandha (1), Eleutherococcus (3), Rhodiola (4) y Schisandra (5) son plantas adaptógenas que actúan en sinergia con el ácido pantoténico (vitamina B5.)
- El ácido pantoténico (6) contribuye a las performances intelectuales normales así como a la síntesis y al metabolismo normal de las hormonas esteroideas tales como el cortisol, así como a reducir la fatiga y el agotamiento.

**Gracias a la sinergia entre sus componentes, ayuda al organismo a gestionar mejor el estrés y a mantener la estabilidad emocional y el bienestar físico y mental.**

Lors du développement de la formule de Resiliens® Equilibrio, nous avons cherché à obtenir un effet multiple, de sorte que 1 + 1 ne soit pas 2, mais 3 et que ses effets soient rapides. Dans Resiliens® Equilibrio, un effet synergique a été recherché entre tous les composants. Il a été démontré qu'en combinant différentes plantes adaptogènes dans des proportions appropriées, l'effet individuel de chaque plante est renforcé.

### Ingrédients

- **Aswagandha**

**L'Ashwagandha ( *Whitania somnifera* (L.)** , également connu sous le nom de Cerisier d'hiver pour ses fruits rouges vifs, est un arbuste ligneux originaire d'Inde, de la famille des Solanacées (la même famille que la tomate et le goji). Le nom vient de la langue sanskrit ( « Ashva » = cheval, « gandha » = odeur) et signifie « arôme de cheval », en raison de l'odeur dégagée par sa racine.



## Resiliens Equilibre 60 Gélules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



### Comment pouvez-vous nous aider ?

Les responsables des effets adaptogènes de l'Ashwagandha sont les glucowithanolides (whitanolides A et B et Whitaférin A), composés bioactifs responsables de l'action. Dans la culture ayurvédique, depuis 3000 ans, leurs racines et feuilles sont utilisées comme support lors de situations de stress aigu.

**L'Ashwagandha** aide à maintenir la stabilité émotionnelle, étant très utile en cas de stress passager. Il aide à maintenir le bien-être physique et mental, et contribue à une sensation de détente.

#### • Camomille

Le genre des camomilles (*Matricaria* sp.) appartient à la famille des Composées (*Asteraceae*) et comprend un grand nombre d'espèces. Ce sont toutes des plantes herbacées annuelles à l'arôme caractéristique ; elles poussent normalement dans des champs riches en nutriments. Le genre *Matricaria* dérive du latin « *matrice* » qui signifie ventre et fait référence au fait que la plante a été utilisée comme remède contre différents troubles féminins.

Plus précisément, *Matricaria chamomilla* L., également connue sous le nom de camomille de Castille, camomille allemande, douce ou marron, est originaire de la région des Balkans, d'où elle s'est répandue dans toute l'Europe et où elle est cultivée à des fins industrielles. Sa tige et ses sommités fleuries sont utilisées sèches ou fraîches dans des infusions ou des extraits secs, qui contiennent des sesquiterpénoïdes, des carbures terpéniques et des flavonoïdes, entre autres composés.

### Comment pouvez-vous nous aider ?

Il aide à maintenir le bien-être physique et mental, et contribue à une sensation de détente. La camomille aide également à maintenir un sommeil sain.

#### • Schisandra



## Resiliens Equilibre 60 Gélules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



**La Schisandra ( *Schisandra chinensis* (Turcz.) Baill.)** est un arbuste grimpant à feuilles caduques, dioïque, aux fleurs solitaires qui apparaissent à la fin de l'été. Il atteint généralement 8 m de hauteur. Si vous grattez sa tige, un arôme intense semblable à celui du citron vert se dégage. Les baies sont appelées « Wu wei zi » en mandarin, ce qui signifie « graine aux cinq saveurs » car, entre la pulpe, la peau et les graines, se conjuguent les cinq saveurs classiques qui identifient la médecine traditionnelle chinoise.

### Comment pouvez-vous nous aider ?

La partie utilisée du **Schisandra** est le fruit. C'est une plante adaptogène qui est utilisée comme tonique et réparatrice. Cela peut améliorer la capacité d'une personne à s'adapter au stress.

- **rhodiola**

**La Rhodiola ( *Rhodiola rosea* L.)** est une plante de la famille des Crassulaceae, typique des régions froides de la planète, c'est pourquoi elle est aussi appelée Rose Polaire. Les parties qui contiennent les principes actifs sont les rhizomes et la racine.

Les extraits utilisés dans les études cliniques sont standardisés principalement en rosavines (phénylpropanols) et en salidroside (un dérivé du phényléthanol). L'extrait de rhodiola inclus dans Resiliens® Equilibrio est SHR-5.

La racine de rhodiola a une histoire d'utilisation qui remonte à des milliers d'années : les anciens Grecs utilisaient déjà cette plante, les Russes l'administraient à leurs athlètes et soldats, et même les Vikings l'utilisaient régulièrement pour ses effets bénéfiques.

### Comment pouvez-vous nous aider ?

**La Rhodiola** nous aide à nous adapter au stress émotionnel et à l'effort physique. Il a un effet bénéfique sur le système cardiovasculaire, aidant à se protéger du stress. Il a également un effet bénéfique sur la fatigue et les maux de tête liés au stress, en cas de manque d'appétit ou de diminution des performances au travail. Améliore l'état d'esprit et aide à maintenir la puissance sexuelle.



## Resiliens Equilibre 60 Gélules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



- **Éleuthérocoque**

**L'Éleuthérocoque ( *Eleutherococcus senticosus* Maxim.)** est une plante de la famille *des Araliacées* qui pousse spontanément sur les pentes des montagnes sibériennes.

Les parties actives sont la racine et le rhizome. Les principaux composants sont les glucanes (éleutéranes) et les hétérosides de glucose avec différents aglycones (éleutérosides).

### Comment pouvez-vous nous aider ?

**L'Éleuthérocoque** soutient les capacités physiques et intellectuelles en cas d'épuisement et de fatigue.

- **acide pantothénique**

L'acide pantothénique ou vitamine B5 contribue à des performances intellectuelles normales ainsi qu'à la synthèse et au métabolisme normaux des hormones stéroïdes comme le cortisol, ainsi qu'à réduire la fatigue et l'épuisement.

### Quelle est la particularité des Resiliens<sup>®</sup> Equilibrio ?

**Fabriqué en Suède par SHI** (Swedish Herbal Institute) - Leader mondial dans l'étude des plantes adaptogènes, qui développe depuis 1975 des produits à base de plantes adaptogènes avec des résultats largement documentés. Formule synergique ADAPT-L, très étudiée, où chaque ingrédient possède la quantité appropriée pour le résultat souhaité.

### Composition

#### 2 gélules de Resiliens<sup>®</sup> Balance contiennent :

SHW-2 (Ashwagandha, *Withania somnifera* , extrait sec)

380 mg



## Resiliens Equilibre 60 Gélules

EAN: 8437008750088 FABRICANTE: 100%NATURAL



SHC-1 (Camomille, <i>Matricaria chamomilla</i> , extrait sec)	80mg
ADAPT 232-S : Formule brevetée d'extraits secs de Schisandra ( <i>Schisandra chinensis</i> , fruit), Rhodiola ( <i>Rhodiola rosea</i> , racine), Eleutherococcus ( <i>Eleutherococcus senticosus</i> , racine) et pantothénate de calcium <b>dont acide pantothénique (vitamine B5)</b>	30,6 mg 9 mg (150% VNR*)

### Ingrédients

SHW-2 : extrait sec d'Ashwagandha ( *Whitania somnifera* , racine) ; agent de charge : cellulose microcristalline ; capsule végétale; SHC-1 : extrait sec de Camomille ( *Matricaria chamomilla* , chapitres floraux) ; agent antiagglomérant : stéarate de magnésium ; ADAPT 232-S : complexe breveté au pantothénate de calcium et aux extraits secs de Schisandra ( *Schisandra chinensis* , fruit), de Rhodiola ( *Rhodiola rosea* , racine) et d'Eleutherococcus ( *Eleutherococcus senticosus* , racine).

### Mode d'emploi

2 à 4 gélules par jour.

**Dose d'entretien** : 2 gélules par jour.

**Dose de rappel** : 4 gélules par jour, en deux prises.

### Précautions

Déconseillé aux enfants de moins de 12 ans, aux femmes enceintes ou allaitantes.

